

第5回メディカルセミナー開催レポート

6月8日(土)に市川グランドホテルで第5回メディカルセミナーを開催いたしました。天候は曇り。梅雨入りした関東地方ですが時折小雨がぱらつく程度で134名の方にお集まりいただきました。

今回は、呼吸器内科の津島健司医師(国際医療福祉大学 医学部 呼吸器内科学主任教授)が講師を務め、「たばこや大気汚染が原因となる肺の病気」と題して講演を行いました。

講演開始前には、津島医師自身も簡易の肺機能検査機(スパイロメーター)を使って来場者の肺年齢を調べるコーナーも設置され、順番待ちができるなど盛況でした。



スパイロメーターで肺年齢を測定中

講演は肺の役割や働きについての説明から始まりました。次に講演の中心となる慢性閉塞性肺疾患(COPD)と間質性肺炎の説明に入りました。

まず、たばこや大気汚染が原因で起きるCOPD(慢性閉塞性肺疾患)について解説がありました。COPDには肺胞が破壊されるタイプと気管支に障害が現れるタイプがあります。治療には禁煙が基本ですが薬物療法や食事療法、運動療法などさまざまな治療を行います。

一方、間質性肺炎(IP)は肺の中にあって肺胞で酸素や二酸化炭素の通り道となる間質が厚くなり、繊維化してふくらまなくなり、ガス交換ができずに酸素が不足して息苦くなる病気です。原因が不明なものの中でもっとも多いのは、突発性肺繊維症(IPF)で日本では1万数千人以上と推定されています。女性より男性が多く、加齢とともに発症する割合が多くなります。間質性肺炎の治療法は原因があるものは原因の治療ですが、原因のないものはステロイドや免疫抑制剤を病型に合わせて使うとの説明がありました。

日常生活では心や体の負担がかからないようになるべくストレスがない、ゆったりした生活を心がけて、体調に変化があるときはご自身で判断せず、お薬は勝手にやめず、主治医や看護師、薬剤師などに相談しましょう。と話していました。

講演後、ご来場いただいた来場者からの個別のご質問にもていねいに答えられていました。

続いて、善田 督史理学療法士が「呼吸筋ストレッチ体操」を紹介しました。来場者の皆さんは熱心に取り組んでいました。



津島 健司医師 呼吸器内科学主任教授



呼吸筋ストレッチ体操

○次回の第66回けんこう教室は、7月6日(土) 10:30から

「万病」のもと、糖尿病 ーどう防ぎ、どう付き合うかー

講師 野田 光彦 (のだ みつひこ)

(糖尿病・代謝・内分泌内科 国際医療福祉大学 病院教授) を予定しています。